

Reencuentros más allá de las etiquetas

David Casacuberta

Universitat Autònoma de Barcelona. Departament de Filosofia
david.casacuberta@uab.cat.



Resumen

En el texto se presentan cuáles son las diferencias centrales entre la filosofía oriental y la occidental, haciendo un especial hincapié en el carácter experiencial de la primera, que es lo que hace que el pensamiento oriental sea especialmente fructífero a la hora de analizar filosóficamente las ciencias cognitivas. Seguidamente, se analizan tres problemas clave de la filosofía de la mente actual —las emociones como sistemas cognitivos, el valor de la introspección y convertir la psicología en una disciplina transpersonal— indicando de qué forma el pensamiento oriental puede ayudar a la comprensión de estas cuestiones.

Palabras clave: filosofía oriental; pensamiento occidental; ciencias cognitivas; budismo.

Abstract. *Rendezvous beyond labels*

The paper presents what are the key differences between Eastern and Western philosophy, with particular emphasis on the experiential character of the first, which is what makes the Eastern thought to be particularly fruitful in philosophically analyzing cognitive sciences. Next, we analyze three key problems of current philosophy of mind —emotions and cognitive systems, the value of introspection and convert psychology in a transpersonal discipline— indicating how Eastern thought can help to the understanding of these issues.

Keywords: Eastern Philosophy; Western Thought; Cognitive Sciences; Buddhism.

Si el lector se ha puesto en la situación de escribir un texto en relación al tema que nos ocupa en este monográfico, sin duda se habrá encontrado con la misma dificultad que me hace sudar a mí ahora: encontrar categorías para definir los objetivos que se ha marcado. La primera tentación es jugar con la distinción «Oriente/Occidente», pero si la tomamos geográficamente es una distinción que no se sostiene por ningún lado. ¿El consumista Japón con parejas que se casan al estilo católico porque es mucho más espectacular que la ceremonia budista equivalente es un ejemplo de «sabiduría oriental»?

¿Qué queda del Tao en la actual China que junta lo peor del capitalismo y el comunismo en un solo régimen?

La salida rápida, pensar en una «filosofía oriental» en el pasado que uno tiene como referencia final (el Buda Shakyamuni, Nagarjuna, Dogen) acaba finalmente siendo letal, pues convierte ese pensamiento «oriental» que queremos estudiar en un objeto caduco, un ente arqueológico que debe estudiarse desde la filología, las variantes textuales, la etimología... El estudio de una antigüedad cuyo lugar natural es el museo y el tratado erudito.

Nuestro país peca y mucho de este ejercicio de regresión filológica del pensamiento oriental. No hace mucho, una compañera de la Facultad de Traducción me comentaba, divertida, como un estudiante especializado en pensamiento oriental había decidido abandonar esa facultad, porque un lugar en el que se escribía «Buda» en lugar de «Buddha» no podía ser serio.

Si no hay espacio para una reflexión contemporánea de ese pensamiento «oriental» los culpables no son los filólogos, que estudian esos textos según su metodología y objetivos, sino nosotros, los filósofos, que hemos ninguneado ese pensamiento como algo no filosófico. No hay que retroceder mucho en las revistas especializadas para leer una y otra vez acerca de la filosofía como algo intrínsecamente occidental, de raíces griegas, que nunca se replicó en «el otro lado». El pensamiento hindú, budista o taoísta se habría quedado en el mythos, dejando a Occidente con la única patente de corso para poder explotar el logos. Sin embargo, un mínimo de investigación bibliográfica sobre el tema muestra de forma palmaria que esa ilusión de monopolio de la razón no se sostiene: el acercamiento popular ve en el budismo tibetano solo el mitológico tantra de visualizaciones de deidades cuando no monjes levitando, sin ser consciente de la cantidad de filosofía sistemática que está detrás del budismo de los seguidores del Dalai Lama. Las finas distinciones entre estados mentales del Abhidhamma no pueden sino recordarnos tanto por objetivo como por metodología a los ejercicios más técnicos de la filosofía analítica. Incluso el misticismo de un Dogen o un Nagarjuna tienen claros paralelos en pensadores occidentales como Kierkegaard, Eckhart o Wittgenstein.

El pensamiento oriental es filosofía. Y se trata de reflexión filosófica viva, en continua interacción con las ciencias actuales, que reflexiona sobre los mismos temas que nuestro pensamiento occidental.

Y aquí surge el siguiente escollo: si también es filosofía y también habla de las mismas cosas, ¿por qué no obviamos la distinción y simplemente hablamos de filosofía y ponemos a dialogar en nuestros estudios a Dogen y a Wittgenstein? No es mala idea sobre el papel, y a la larga debería ser la única opción a considerar, pero a corta distancia significaría simplemente dar por bueno el olvido que desde las facultades de filosofía de nuestro país —extensible a buena parte de Occidente— se practica del pensamiento hindú, budista o taoísta, que no son simples calcos de la filosofía occidental en otro país. Se trata de filosofía, pero con su propia metodología y sus objetivos específicos.

¿Qué diferencia así el pensamiento «oriental» del «occidental»? A grandes rasgos, me gustaría apuntar las siguientes características básicas:

1. *La búsqueda de la felicidad.* El Buda de los sutras es famoso por detener a sus oponentes en el debate cuando quieren introducirlo en la arena metafísica. Su respuesta apunta siempre a la necesidad de mantener la discusión con el objetivo final de evitar el sufrimiento humano y alcanzar la verdadera felicidad. Incluso las sistemáticas y esquemáticas distinciones filosóficas de estados mentales del Abhidhamma tienen como objetivo final entender la mente para así alcanzar la felicidad. Originalmente, el pensamiento griego y su equivalente oriental en la India estaban mucho más cerca de ese ideal de mejora del ser humano. Poco a poco, la filosofía se ha ido volviendo una disciplina más teórica, con objetivos internos, interesada en responder cuestiones autoreferenciales con poca o nula incidencia en la vida cotidiana del ciudadano de a pie. Conceptos como la «asesoría filosófica» que empiezan a tomar forma en Europa, y el éxito de libros como *Más Platón y menos Prozac* apuntan a una cierta recuperación de esta vertiente de transformación personal a través de la filosofía, pero no tiene punto de comparación con el trabajo sistemático que han hecho las diferentes escuelas filosóficas budistas durante más de dos mil años.
2. *Espiritualidad sin dioses.* Aunque es común encontrarse con todo tipo de divinidades en la lectura de los sutras, más común es descubrir cómo el pensamiento budista es fundamentalmente agnóstico. De hecho, la cosmología hindú o la budista, con universos infinitos y eternos, no se acomodan especialmente bien con nuestra idea de dioses creadores del universo *ex nihilo*. Pero no me interesa tanto esta cuestión —de complejo debatir y resolver— si no de otra forma más sutil en que los dioses dejan de tener importancia en el pensamiento oriental. Uno de los primeros descubrimientos de Buda Shakiamuni es que los dioses no lo van a ayudar ni a él ni a nadie a evitar el sufrimiento y alcanzar la felicidad del nirvana. Es algo a lo que tenemos que llegar con nuestro propio esfuerzo. De esta forma, todos los dioses, que pueden existir tranquilamente, incluso podrían haber creado el mundo si nos empeñamos en ello, son básicamente irrelevantes para nuestro desarrollo y crecimiento espiritual, que es una tarea exclusivamente de seres humanos.
Desconectar lo espiritual de lo divino es un movimiento filosóficamente radical que cuesta de entender todavía en nuestra cultura occidental; sin embargo, encuentro que es un paso vital para redefinir qué es espiritualidad y desconectarlo de las religiones establecidas, incluyendo las religiones orientales.
3. *No dualidad.* El pensamiento occidental está construido mayoritariamente desde la dualidad. Un sujeto que conoce un universo fuera de él, el pensamiento y la mente que tienen esos pensamientos; la pantalla del

monitor delante de mí y yo como sujeto que percibo esa pantalla. Los miles de enigmas de la filosofía se desarrollan siempre desde esa perspectiva: el *cogito*, conocer otras mentes, internismo *versus* externismo, reduccionismo o emergentismo, etc., todos presuponen una dualidad establecida a través de conceptos básicos: sujeto/objeto, interior/exterior, animado/inanimado, bueno/malo, etc.

El pensamiento oriental, por el contrario, se construye desde la no dualidad, suponiendo que en realidad esas distinciones son simplemente ayudas al pensamiento, pero que no se dan en la realidad. Así, cualquier pensamiento o filosofía construido desde la dualidad es solo convencionalmente verdadero, filtrado por nuestros conceptos, mientras que la verdadera realidad, la realidad última es totalmente ajena a este tipo de distinciones. «Mmm... Me suena a Kant» podría pensar uno, y tendría razón, pero solo hasta cierto punto, pues el pensamiento oriental considera que esa realidad más allá de los conceptos es de hecho accesible gracias a un desarrollo espiritual basado en la meditación, que me permita ir más allá de los conceptos y ver las cosas tal como son.

La no dualidad es una premisa básica de la organización del pensamiento hindú, budista o taoísta, y resulta imposible tener una idea clara de lo que proponen si no aceptamos en serio esa posibilidad.

Más fascinante todavía, esa no dualidad se aplica a la propia filosofía que investiga los fenómenos. Ciertamente, un sutra es al final texto, conceptos, cargados de dualidad; así una de las principales dificultades con las que se enfrenta el aprendiz del pensamiento oriental es ser capaz de proyectarse fuera de las cuatro dualidades básicas: percepción (yo/objeto), acción (yo/acción/objeto), pensamiento (yo/pensamiento/objeto) y realidad (samsara/nirvana) o si prefieren (fenómeno/noúmeno). Establecer que hay una realidad más allá de la que convencionalmente nos muestra la dualidad de los conceptos es también de hecho un ejercicio de dualidad resultado de un uso confuso de los conceptos, que es necesario evitar. Como dijo Wittgenstein en el *Tractatus*, hay que tirar la escalera después de haber subido. De hecho, en los sutras budistas se utiliza una imagen muy similar: para explicar las diferencias entre verdad convencional y verdad última, el Buda Shakiamuni utilizó la imagen de una balsa hecha atando troncos juntos que se puede utilizar para cruzar un río, pero que una vez estamos en la otra orilla no tiene ningún sentido recuperar, de manera que la abandonamos al lado del río y seguimos nuestro viaje. Siempre me he preguntado si Wittgenstein conocía este texto o es simplemente una coincidencia.

4. *Una filosofía experiencial.* En su famoso discurso a los Kalamas, el Kalama Sutra, el Buda invita a sus oyentes a participar de una filosofía experimental radical: «no aceptéis ninguna afirmación simplemente porque venga de una persona sabia, o la hayáis encontrado en las escrituras, o porque todo el mundo crea que es verdadera, ni siquiera aceptéis lo que yo os diga:

experimentadlo todo en vosotros mismos y sólo cuando veáis que funciona y de qué manera en vosotros mismos podéis proceder a aceptarlo».

Esta idea de una espiritualidad científica resulta muy extraña en Occidente. Cuando repartimos papeles sobre quién hacía qué, cuando dibujábamos en el mapa conceptual los territorios ocupados por ciencia y religión, decidimos que una de las fronteras principales sería la fe: la ciencia trabaja sobre los hechos, experimenta; la religión se apoya en la fe, en creer en aquello para lo que no tenemos pruebas, aunque suene irracional, aunque resulte absurdo.

En el pensamiento budista también se habla de fe, o mejor dicho, el término *fe* aparece en muchas traducciones al español de textos budistas. Pienso que un término como *confianza* es una traducción más acertada, pues el tipo de fe que se defiende en esa escuela filosófica es de corte experimental. *Fe* o *confianza* en el budismo significa que hemos experimentado con una serie de conceptos que hemos encontrado en los sutras o nos han transmitido nuestros maestros y hemos visto que funcionan. A partir de ahí, establecemos confianza en los sutras, confianza en los maestros, confianza en el Dharma, y damos por buenas cosas que no han sido contrastadas todavía, pues parece que el sistema funciona. Sin embargo, si finalmente una de esas afirmaciones en la que teníamos confianza resulta no funcionar, no hay ningún problema en abandonarla. No es un proceder tan diferente del de un científico.

Se puede contratar, y de hecho se hace a menudo, afirmando que al final tanto religión como ciencia es un acto de fe. Y es verdad hasta cierto punto, pero se trata de un acto diferente de fe. Carl Sagan lo capturó de forma espléndida en su —mediocre, por otro lado— novela *Contacto*. Una científica y un religioso discuten sobre fe en un museo de la ciencia y el religioso deja caer la inevitable afirmación de que al final todo es una cuestión de fe. La científica reta al religioso a una fascinante prueba: la mujer agarra la bola de un péndulo de Foucault, de varios cientos de kilos de peso, lo estira, lo aguanta delante de su cara y lo suelta. El péndulo oscila y se detiene muy cerca de la cara, pero sin llegar a golpearla. Seguidamente argumenta así: la ciencia me dice que las oscilaciones de este péndulo serán cada vez menores, así que mi fe me ha permitido esperar a que la bola se acercara sin moverme. ¿Serías tu capaz de empujar la bola y avanzar un par de pasos, teniendo fe en que Dios parará la bola violando las leyes de la física? Huelga decir que el religioso no aceptó el reto.

Así es la fe/confianza del budismo, una fe empírica, basada en el éxito de resultados anteriores, no una fe ciega, que presume de irracional, como la tendemos a divulgar en Occidente.

Este último elemento, el experiencial, es el más importante en mi opinión para entender el interés actual que sentimos por el pensamiento oriental. El pensamiento es pensamiento, y las ideas que se le ocurrieron a Nagarjuna, Buda Shakyamuni, Dogen, Lao-Tzu, Patanjali, etc., se les han ocurrido también a filósofos del mundo occidental, argumentadas de forma

similar e incluso con los mismos ejemplos, como hemos visto anteriormente con la metáfora de la escalera/balsa de troncos. Si Spinoza es mucho más cercano a nosotros que Santideva, ¿qué necesidad hay de leer a este último si las intuiciones que lanzan son similares? La respuesta no es simplemente los matices mayores o menores que puedan haber, o que Santideva lo dijera antes, o que sus fundamentos filosóficos sean diferentes, o que «hay que conocer también las otras culturas». Si argumentamos así, volvemos a mirarnos la filosofía oriental como algo antiguo, muerto, cubierto de polvo en el museo y que solo interesa los eruditos.

La razón central por la que es interesante estudiar el pensamiento oriental es porque su metodología de trabajo es radicalmente diferente. Se trata de un pensamiento experiencial, basado en observar el funcionamiento de la propia mente y trazar delicadas y sutiles distinciones sobre estados mentales, establecer causas y condiciones para la aparición de determinados fenómenos mentales. Cuando nosotros en Occidente analizábamos conceptos, los pensadores orientales experimentaban realidades mentales. Que el Buda me libre de poner un acercamiento por delante de otro, los dos son importantes, y de hecho diferentes escuelas de pensamiento oriental han tendido igualmente a potenciar uno u otro, o trabajar con los dos. Pero los dos acercamientos son importantes, y en el pensamiento occidental hemos tendido a centrarnos exclusivamente en la parte conceptual olvidando la experiencial. Ello nos ha generado varios déficits importantes en nuestros modelos y teorías. A continuación me referiré a una serie de discusiones clave en la filosofía de la mente en los que la aportación del pensamiento oriental está siendo de vital importancia.

1. Entender las emociones

La literatura filosófica y científica en Occidente es marcadamente parca a la hora de tratar las emociones, pues parecían no pertenecer al mundo superior del pensamiento. Aristóteles, Descartes, Spinoza, Sartre entre otros son las pocas excepciones en un sistema de pensamiento en el que percepciones y juicios eran los únicos ejemplos de cognición. Recuerdo a mediados de los ochenta buscar en manuales de psicología una definición de emoción y descubrir para mi sorpresa que en muchos de esos tratados ni se hablaba de emociones. Cuando se hacía, no había ningún tipo de regularidad, y cada autor ofrecía su lista de emociones. Si la sorpresa estaba en el manual A, no aparecía en el B, que extrañamente establecía que el sueño era una emoción. El manual C no incluía ni la sorpresa ni el sueño, pero sí establecía que el hambre o la excitación sexual eran emociones.

Afortunadamente la situación ha cambiado y empezamos a interesarnos seriamente por las emociones. Sin embargo, queda mucho trabajo por hacer y el pensamiento oriental —que sí ha estudiado de forma sistemática las emociones desde una perspectiva experiencial— puede ayudarnos mucho. No es de extrañar que David Goleman, el principal responsable de crear interés en

el público por el estudio científico de las emociones con su libro *La inteligencia emocional* sea budista, o que neurocientíficos clave en la recuperación de las emociones como tema de estudio en psicología como Antonio Damasio o Paul Ekman colaboren con monjes budistas tibetanos bajo el paraguas de la fundación *Mind and Life*.

2. Revisar la introspección

En Occidente, o bien se niega la introspección como método de trabajo, o bien se acepta desde la idea de una transparencia radical: todos tenemos acceso directo a nuestra mente de forma automática. Por esa misma razón, la introspección se usa poco en el pensamiento occidental: si todos podemos ver lo mismo, ¿qué necesidad hay de recuperarlo en un texto?

Sin embargo, el pensamiento oriental parte de una concepción totalmente diferente: la introspección mejora por el aprendizaje. Estados mentales de los que no somos en principio conscientes pueden llegar a mostrarse a través de años de meditación: procesos de la mente que quedaban todos etiquetados como del mismo tipo, tras años de ejercicios acaban mostrándose muy diferentes.

Hay toda una serie de problemas y conceptos en la filosofía de la mente y psicología occidentales que están empezando a transformarse una vez abandonamos la idea de que todos los observadores introspectivos son iguales, y aceptamos que la introspección no es transparente, que hay «expertos en introspección» por así decirlo.

En una serie de investigaciones clave con el monje budista Matthieu Ricard, los neurofisiólogos Paul Ekman y Richard Davidson han mostrado como Ricard reconoce sus estados emocionales y puede etiquetarlos con una facilidad que es totalmente inimaginable en sujetos que no practican de forma asidua la meditación como él. Por ejemplo, en uno de los experimentos, Ricard disponía de un joystick y mientras contemplaba una película en la que ocurrían diversos acontecimientos emotivos tenía que ir marcando cada vez que una emoción positiva o negativa surgía en su mente, moviendo la palanca del joystick en una dirección o en otra. En paralelo se medían correlatos fisiológicos de emociones mediante electrocardiogramas, respuesta galvánica de la piel, etc. El resultado final fue que Ricard prácticamente igualaba las capacidades técnicas de los aparatos medidores de emociones. Los sujetos control, por el contrario, obtuvieron unos resultados mucho más pobres, siendo incapaces de establecer de forma sistemática si estaban emocionados y qué emoción pasaba por sus cabezas.

3. Psicología transpersonal

La filosofía de la mente y la psicología occidentales tradicionalmente han sido siempre internistas: el individuo es la unidad desde la que entender los procesos mentales, que básicamente se estudian de la piel para adentro. Por el con-

trario, si examinamos la psicología budista, por ejemplo, veremos que se organiza desde la idea de vacuidad, es decir, de interdependencia: todo está interconectado con todo y solo podremos entender el surgimiento de un estado mental específico desde una serie de causas y condiciones que incluyen sin duda eventos en el interior del cerebro, pero también fuera de él. La cognición es algo que tiene lugar en el sistema completo y no simplemente dentro del cráneo.

Francisco Varela —experto meditador él mismo y fundador del mencionado instituto *Mind and Life*— estableció con la ayuda de filósofos como Ewan Thompson una filosofía de la mente enactiva, que no solo se alejaba de la concepción simbolista de las ciencias cognitivas sino que también proponía una nueva unidad de cognición en la que es la continua co-adaptación entre el sistema y el entorno lo que da sentido a la cognición. El pensamiento oriental también se estructura desde estas premisas y no es de extrañar que buena parte de la literatura generada por la filosofía de la mente enactivista se engarce en diálogos con el budismo, el hinduismo o el taoísmo. De hecho, el lector podrá comprobar en este monográfico como la mayoría de los autores citan de forma profusa la ciencia cognitiva enactiva.

Porque sin duda, no se trata aquí de poner un pensamiento por encima de otro. No se trata de juntar nuestras copias del *Discurso del método* o *Ser y Tiempo* y quemarlas en la hoguera, y empezar todos a recitar el Kalama sutra en sánscrito. Se trata de dialogar, de tender puentes, pero no puentes eruditos del tipo: «Caramba, esta idea de Spinoza ya estaba en los Vedas» sino de puentes vivos, puentes basados en aprender cosas juntos, conectando ideas que resulten interesantes independientemente de si son «occidentales» u «orientales», y estar dispuestos a abandonar ideas queridas si la tradición del otro lado tiene evidencia suficiente de que las cosas no son realmente así.

Cuentan que el actual Dalai Lama se sorprendió enormemente cuando a través de un telescopio pudo ver la luna y contemplar como esta no era una esfera lisa —como enseñan los textos canónicos del budismo tibetano— sino que está plagada de cráteres. Ello le llevó a seguir investigando y finalmente decidió que en los monasterios de tradición tibetana no se enseñara la cosmología tradicional tibetana sino la occidental. Me gustaría imaginarme un líder occidental dispuesto a hacer algo similar, como introducir la meditación en la enseñanza obligatoria.

En estos momentos, los científicos, especialmente los neurólogos, parecen mucho más dispuestos —y preparados— a introducir ideas del pensamiento oriental en su propia investigación que los filósofos, que parecen convencidos de su autosuficiencia. Afortunadamente, unos cuantos pensadores creen que no es así y apuestan por esta fascinante fusión de Oriente y Occidente más allá de toda dualidad. Este monográfico de ENRAHONAR es un buen ejemplo de esta síntesis. Espero que anime a filósofos, intelectuales, científicos y creadores a interesarse por ese pensamiento de «al otro lado» y que deje de estar al otro lado, que abandonemos etiquetas absurdas y simplemente hagamos filosofía.